



MISSION NUTRITION

E W A J A N O W I C Z

DZIENNICZEK ŻYWIENIOWY

Data, dzień tygodnia	Godzina posiłku, miejsce spożywania posiłku,	Trening, czas treningu	Posiłek (z uwzględnieniem składników i wielkości porcji np. łyżka, szkalnka itp.)